



A medida do bom ânimo (*euthumia*) no quadro da reflexão ética de Demócrito.

Miriam Campolina Diniz Peixoto

Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) / Belo Horizonte / BR

mpeixoto@ufmg.br

<https://orcid.org/0000-0001-5692-4817>

Não é difícil reconhecer a centralidade e a onipresença da noção de medida¹ no quadro das reflexões éticas do filósofo pré-platônico Demócrito de Abdera quando se trata de estabelecer as condições para transcorrer a vida sob o signo do bom ânimo e do bem-estar, termos que exprimem no quadro do seu pensamento a finalidade da vida humana². Através do exame dos fragmentos que testemunham o seu pensamento neste âmbito é possível reconstituir em seu essencial o horizonte de suas reflexões de natureza ética. A noção de medida, e o exercício do cálculo a partir do qual é possível a cada indivíduo estabelecer para si e em

¹ Poucos estudos foram dedicados a uma abordagem direta do tema da medida em Demócrito em sua articulação com o conjunto de seu pensamento. O mais antigo de que temos notícia é aquele de A. Moulard, *METPON. Étude sur l'idée de mesure dans la philosophie antésocratique*, publicado em 1923. Durante o período de preparação de nossa tese de doutorado (Peixoto, 2000), tivemos a oportunidade de percorrer de estabelecer um exaustivo repertório dos estudos publicados em torno do pensamento atomista. Chama atenção a pouca atenção dada à reflexão ética de Demócrito e à noção de medida. A cada vez uma brevíssima notícia sem que isso ensejasse uma abordagem mais extensa acerca de sua importância no quadro dos fragmentos do filósofo. Portanto, após a publicação da obra de Moulard, foi preciso esperar por um longo tempo antes que o tema voltasse a ocupar devida atenção. Um artigo aqui, outro acolá, e finalmente fomos brindados com a esperada publicação do livro de A. Motte, *Démocrite d'Abdère : aux origines de la pensée éthique* (2022), em que o autor nos oferece um abrangente estudo de conjunto do pensamento do filósofo, conferindo à noção de medida a devida atenção.

² Diógenes Laércio, *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, IX, 45: DK68A1.45: τέλος δ' εἶναι τὴν εὐθυμίαν. Aos nos referirmos aos testemunhos e fragmentos arrolados em nosso texto, indicaremos o autor e obra que constituem a sua fonte, seguida da indicação de sua posição na coletânea estabelecida por Hermann Diels e revisada por Walter Kranz no seguinte formato: DK (Diels-Kranz), seguido da número que indica a sessão consagrada a Demócrito nesta obra, das letras correspondentes às seções do que a partir do trabalho de Diels se convencionou denominar “testemunhos” (A) e “fragmentos” (B), e do número conferido a cada texto repertoriado.

cada circunstância a medida que lhe é própria, constituem a peça-chave para compreendermos o juízo do filósofo acerca das ações e atitudes humanas. Dispomos de um número considerável de textos de onde extrair material para a abordagem desse tema. No contexto em que a reflexão sobre esse tema emerge, é preciso destacar o protagonismo conferido à alma. Ela é apresentada como uma espécie de central de processamento que conecta toda a esfera das sensações e afecções àquela da atividade noética. Essa, por sua vez, compreende diversos tipos de operação como aquelas expressas pelos verbos $\phi\rho\omicron\nu\epsilon\acute{\iota}\nu$, $\lambda\omicron\gamma\acute{\iota}\zeta\epsilon\sigma\theta\alpha\iota$ e $\beta\omicron\upsilon\lambda\epsilon\sigma\theta\alpha\iota$.

E, quando se trata de indicar o que advém para os humanos como consequência de uma vida sob o signo da medida tornada possível por esta conexão, outros tantos termos são mobilizados. Por um lado, temos os termos pertinentes ao campo lexical da noção de medida, sejam aqueles formados a partir do radical μέτρ- ($\mu\epsilon\tau\rho\epsilon\acute{\iota}\nu$, μέτριος, μετριότης, σύμμετρος, συμμετρία), por outro lado, temos os termos que exprimem a ideia de «tempero» ou «moderação», seja na esfera da satisfação de desejos e necessidades, seja naquela da conformação de atitudes e ações ($\sigma\omega\phi\rho\omicron\nu\epsilon\acute{\iota}\nu$, $\sigma\omega\phi\rho\omicron\sigma\acute{\upsilon}\nu\eta$). Além desses termos, outros tantos são mobilizados, ou mesmo cunhados pelo filósofo pela adjunção do advérbio εὖ, para exprimir o caráter conveniente ou equilibrado de um conhecimento, de atitudes e ações. Nas páginas que se seguem, iremos nos valer do exame de um conjunto de sentenças de teor ético, que figuram entre nas antologias de Estobeu, no conjunto de sentenças reunidas sob o título de “Sentenças de Demócrites”³, assim como de outras coleções de sentenças que constituem a *Gnomica Democritea* (Gerlach, 2008), como aquelas presentes no *Corpus Parasinum* e em alguns autores repertoriados na *Patrologia Migne*.

Demócrito reconhece a natureza inacabada do ser humano, a sua abertura à mudança e ao aprimoramento, e um certo grau de liberdade, ainda que mitigada, face ao que é nele uma determinação da natureza.

³ A propósito das coleções de sentenças das quais provêm a maior parte dos fragmentos de natureza ética do *corpus democriteum*, e das questões suscitadas no âmbito da recepção das reflexões éticas do filósofo, remetemos o nosso leitor ao texto de nossa autoria publicado recentemente: “Atos e entreatos na transmissão e recepção da ética de Demócrito” (Peixoto, 2024, p. 277-299).

Com efeito, aos olhos de Demócrito não há um determinismo cego, mas antes um determinismo que contém um resíduo de indeterminação, pois esse não impede que a espontaneidade tenha espaço no cenário impreciso da aventura humana. E essa espontaneidade constitui um traço distintivo da natureza humana. Na verdade, se a natureza primária do ser humano é, *a priori*, definida pela sua constituição atômica, ou seja, pela sua estrutura, como qualquer outro corpo composto subsiste nele um quantum de vazio suficiente para permitir que os átomos, sempre moventes, mudem de ordem e posição e, conseqüentemente, reconfigurem a estrutura primária de um corpo composto. É como podemos compreender a *phusiopoiesis* evocada no fragmento transmitido por Clemente de Alexandria:

A natureza e a educação são semelhantes. Pois a educação modifica a configuração (*metarthusmoi*) humana e, modificando sua configuração, produz natureza⁴.

Mas qual seria, segundo Demócrito, a finalidade da vida humana almejada por este processo de *phusiopoiein*? Tal propósito é claramente indicado em pelo menos dois fragmentos presentes no corpus democriteum. No primeiro deles, lemos:

Demócrito, em seu tratado *Sobre os fins*, diz que <o fim> é o bom ânimo, que ele também chamou de bem-estar⁵.

E no segundo, transmitido por Diógenes Laércio, é indicado em que se compraz esse estado é aquele:

A finalidade <da vida> é o bom ânimo, que não é a mesma coisa que o prazer, como alguns o interpretaram, com base numa má interpretação, estado em virtude do qual a alma vive em serenidade e equilíbrio, sem ser perturbada por

⁴ Clemente de Alexandria, *Miscelâneas*, IV, 151; DK68B33: ἡ φύσις καὶ ἡ διδασχὴ παραπλήσιόν ἐστι· καὶ γὰρ ἡ διδασχὴ μεταρυσμοὶ τὸν ἄνθρωπον, μεταρυσμοῦσα δὲ φυσιοποιεῖ. Salvo indicação, as traduções são nossas.

⁵ Clemente de Alexandria, *Stromata*, II, 130; DK68B4: Δημόκριτος μὲν ἐν τῷ περὶ τέλους τὴν εὐθυμίαν, ἣν καὶ εὖεστὸν προσηγόρευσεν.

qualquer medo, superstição ou outra afecção. Ele chama isso de bem-estar e de muitos outros termos⁶.

Ora o bom-ânimo, ora o bem-estar, ambos os termos se prestam a apontar para o horizonte na direção do qual se movem os humanos. Diógenes Laércio não apenas menciona a existência de outros nomes (*kai pollois allois onomasi*) para exprimir tal estado. Alguns deles figuram no testemunho de Estobeu que citamos a seguir:

<Demócrito> denomina simetria e também ataraxia a <felicidade>, o bom ânimo, o bem-estar e a harmonia. E ela provém da distinção e da separação dos prazeres, e isto é o mais belo e também o mais vantajoso para os humanos⁷.

Este fragmento evidencia dois pontos importantes. Em primeiro lugar, atesta a relação sinonímia que parece existir entre os termos *euthumia*, *euestô* e *harmonia*, e oferece um primeiro esclarecimento sobre o significado que lhes deve ser atribuído. Ou seja, o estado denominado pelos termos bom-ânimo, bem-estar e harmonia consistiria em estado de equilíbrio (*summetria*) e ausência de perturbação na alma (*ataraxia*).

O segundo ponto importante diz respeito à “atividade” da qual depende o estabelecimento do estado de equilíbrio e de ausência de perturbações na alma: esse estado depende para o ser humano de sua capacidade de realizar uma delimitação (*diorismos*) e uma distinção (*diakrisis*) dos prazeres.

Longe de condenar os prazeres, Demócrito reconhece a sua positividade, mas não sem advertir sobre o risco de que uma entrega excessiva ou não ponderada aos prazeres venha a produzir o efeito oposto ao que se busca alcançar. A *mise-en-question* dos prazeres tem em mente

⁶ Diógenes Laércio, *Vidas e doutrinas dos filósofos ilustres*, IX, 45; DK69A1: Πάντα τε κατ' ἀνάγκην γίνεσθαι, τῆς δίνης αἰτίας οὐσης τῆς γενέσεως πάντων, ἣν ἀνάγκην λέγει. Τέλος δ' εἶναι τὴν εὐθυμίαν, οὐ τὴν αὐτὴν οὖσαν τῇ ἡδονῇ, ὥς ἔνιοι παρακούσαντες ἐξεδέξαντο, ἀλλὰ καθ' ἣν γαληνῶς καὶ εὐσταθῶς ἡ ψυχὴ διάγει, ὑπὸ μηδενὸς ταραττομένη φόβου ἢ δεισιδαιμονίας ἢ ἄλλου τινὸς πάθους. Καλεῖ δ' αὐτὴν καὶ εὐεστῶ καὶ πολλοῖς ἄλλοις ὀνόμασι.

⁷ Estobeu, II, 7, 3i; DK68A167: τὴν δ' <εὐδαιμονίαν καὶ> εὐθυμίαν καὶ εὐεστῶ καὶ ἁρμονίαν, συμμετρίαν τε καὶ ἀταραξίαν καλεῖ. δ' αὐτὴν ἐκ τοῦ διορισμοῦ καὶ τῆς διακρίσεως τῶν ἡδονῶν, καὶ τοῦτ' εἶναι τὸ κάλλιστόν τε καὶ συμφωρότατον ἀνθρώποις.

o modo, ou mais precisamente, o quantum de prazer e o quando de sua fruição, uma espécie de cálculo temporal que considera as consequências futuras de uma fruição excessiva dos prazeres presentes. Uma sentença transmitida no *Codex Barberinii Graecus 279 (hoje 333)*⁸, também insiste na dimensão temporal das escolhas a serem feitas: “Prazeres intempestivos geram aversão”⁹.

A reflexão sobre os prazeres se insere no quadro de uma consideração mais ampla acerca das deficiências e dos excessos que põe em risco a estabilidade da alma e conduz a uma apologia da medida (*metron*) e do momento oportuno (*kairos*). Para a abordagem desse tema, dispomos de um rico material. As sentenças transmitidas em diferentes manuscritos antigos e recolhidas nas principais coletâneas nos permitem compreender melhor estas noções e a articulação que estabelece entre elas. Elas provêm basicamente das seguintes fontes:

86 sentenças preservadas no manuscrito *Demokratous philosophou gnômai chrusai*,¹⁰

160 sentenças repertoriadas por Estobeu em sua antologia;¹¹

⁸ O códice *Barberinii Gr. 279*, que faz parte da coleção de manuscritos da biblioteca apostólica do Vaticano, data do século XVII e contém um conjunto de oitenta e seis frases, escritas em dialeto jônico. A *editio princeps* foi estabelecida por L. Holstenius (Lukas Holste), que publicou as frases nele contidas juntamente com outras de duas outras fontes (cf. Flamand, 1994, p. 644). Um segundo conjunto de frases, provenientes do manuscrito de Heidelberg, *Platinus gr. 356*, datado do século XIV foi publicado por J. C. von Orelli dois séculos mais tarde. nele figuram as mesmas frases reunidas sob o título γνῶμαι Δημοκράτους..

⁹ *Sentenças de Demócrites*, 36; DK68B71: Ἡδοναὶ ἄκαιροι τίκτουσιν ἀηδίας

¹⁰ Este conjunto de oitenta e seis sentenças são provenientes do manuscrito *Vatican Bibl. Apost. Vatic., Barberinii codex. Gr. 279 (hoje 333)*, datada do século XVII. o Manuscrito é escrito em dialeto jônico. A *editio princeps* foi feita por L. Holstenius (Lukas Holste), que publicou essas sentenças juntamente com outras contidas em duas outras fontes (Cf. Flamand, 1994, p. 644). Quase dois séculos depois, um segundo conjunto de sentenças foi publicado por J. C. von Orelli, a partir do manuscrito *Heidelberg, Platinus gr. 356*, datado do século XIV. Vale notar que esse manuscrito, que contém as mesmas sentenças reunidas sob o título γνῶναι Δημοκράτους, retornou a Heidelberg depois de permanecer em Roma de 1623 a 1797.

¹¹ A antologia de Estobeu foi editada e publicada por C. Wachsmuth e O. Hense entre 1884 e 1923 em 4 volumes *Ioannis Stobaei Anthologium*. Vol. 1–3, Berlim, 1884-1912; Apêndice, Berlim, 1923.

12 sentenças transmitidas no *Corpus Parisinum Profanum* / *Codex Parisinus Graecus 1668* (ed. Elter)¹².

Na maior parte dos estudos dedicados ao exame dos fragmentos de natureza ética de Demócrito, a noção de medida ocupa uma posição importante - se não a mais importante. No entanto, muitas vezes os autores desses estudos relutam em reconhecer a singularidade da sua reflexão sobre a medida. Para alguns autores, as reflexões de Demócrito não fazem mais que reiterar as máximas de sabedoria e os propósitos presentes na poesia arcaica e na tradição sapiencial, sem nada lhes acrescentar de novo. Assim, como costuma acontecer com a maioria das sentenças éticas do filósofo, não lhes é dada a merecida atenção e elas são no mais das vezes consideradas banais. Imbuídos desse espírito, ao se depararem com as sentenças e aforismos em que termos pertinentes ao vocabulário da medida aparecem no *corpus democriteum*, os estudiosos não lhes concedem a devida importância, e acabam por negligenciar as peculiaridades que conferem ao seu emprego dessa noção um caráter diverso daquele que encontramos nos autores e tradições que lhe precederam.

Entretanto, o que nos parece ser notável na reflexão de Demócrito, e que aos nossos olhos constitui a originalidade de sua démarche, é o reconhecimento da natureza fluida da medida, sua recusa em reduzi-la a um conceito, uma vez que ela não se deixa enclausurar nas malhas do conceito. A medida não se reduz em Demócrito, a uma fórmula ou a uma simples receita para se obter sucesso na vida cotidiana. A censura dirigida a Demócrito por certos intérpretes, segundo os quais ele não teria se valido de “conceitos precisos” em suas reflexões, talvez tenha sua origem em sua dificuldade em perceber o quanto a noção de medida era irredutível à fixidez de um conceito. Em outras palavras, seria impossível encontrar uma medida para a medida, porque a riqueza desta noção reside no fato de que ela precisa permanecer maleável para poder ser universal e atemporal, em outras palavras, ela precisa ser tomada como um princípio e não como uma lei.

¹² Sobre os julgamentos efetuados na avaliação da autenticidade dessas coleções de julgamentos, ver Peixoto (2024, p. 277-299).

No quadro do pensamento de Demócrito a noção de medida é muito mais que uma noção entre outras no quadro de sua reflexão ética. Ela é de fato a pedra angular na arquitetônica do seu pensamento, quer consideremos o ser humano em sua dimensão individual, quer o consideremos no contexto das relações que estabelece com as coisas e com os outros. Além disso, mais do que um conceito ou um preceito, ela constitui um possível ponto de articulação entre física, psicologia e ética no pensamento do filósofo, e talvez o mais fundamental se quisermos compreender o horizonte diante do qual se organiza seu pensamento no campo das questões humanas.

Quanto menos especificada é uma noção, mais ela se mostra apta a abranger um amplo campo semântico, a ser aplicada às mais variadas circunstâncias e ser adequada a todos os seres humanos. Esse nos parece ser o caso da noção de medida. No contexto de uma multiplicidade de singularidades e circunstâncias particulares, uma definição unívoca da medida seria inconcebível. Para tanto, é preciso que cada um se exercite para ser capaz de reconhecer qual que é sua própria medida, aquela que lhe convém em cada circunstância e lhe confere a virtude da *metriotês*.

Esse desejo de conferir uma maior amplitude e um maior alcance no campo das recomendações éticas pode também ser observado na escolha da forma sentencial (gnômai) ou aforismática para exprimi-las. Nela se mobiliza um mínimo de elementos e se recorre a procedimentos de natureza alegórica visando alcançar, com este expediente, um público o mais amplo possível e, sobretudo, um público habituado à forma gnômica própria aos conselhos advindos da tradição sapiencial.

Como vimos no início do nosso artigo, se o propósito da vida humana é para Demócrito alcançar o bom ânimo (*euthumia*) e o bem-estar (*euestô*), estamos no caminho certo para compreender como esse estado pode ser alcançado. Como observou J. Czerwinska, o termo *euthumia* é um “neologismo polissêmico” (1996, p. 7-22), dado o uso particular e o destaque que Demócrito lhe deu em meio aos demais termos mencionados por ele, e face àqueles usualmente empregados pelos seus predecessores para se referir à felicidade¹³. A escolha deste termo confere uma dimensão

¹³ Para um panorama dos termos que compõem o vocabulário relativo à noção de felicidade, remetemos ao livro de C. de Herr (1968). O autor examina os principais

mais humana e, portanto, mais adequada a indicar uma concepção de felicidade que consiste na expressão de um estado de justa proporção e equilíbrio na alma, que depende exclusivamente da riqueza de recursos do complexo psicossomático que singulariza a natureza humana e do esforço empreendido pelos seres humanos em se servirem desses recursos em vista de uma vida feliz. Com este termo *lhe* é possível se referir tanto àquilo que constitui o fundamento da sua reflexão ética, nomeadamente um estado de equilíbrio da alma do qual provém o pensamento (*phronein*), quanto à sua finalidade, pois é graças à ação de pensar (*phronesis*), que se alcança o estado bom e conveniente do *thymos*, expresso pelo termo *euthumia*: um *thymos* bom e conveniente.

A tradução que melhor nos parece dar conta do sentido dado por Demócrito ao termo *euthumia* é “bom ânimo”, como foi sugerido por H. Diels (1903/1952), C. Bailey (1928), G. Vlastos (1945-1946) e, pois a noção de *thymos* compreende o conjunto de impulsos que estão na origem das inúmeras ações e disposições humanas que nos animam e moldam o nosso temperamento. Um ânimo destemperado, por sua vez, excitado ou enfraquecido, está na origem de toda sorte de movimentos que incidem nos estados da alma, no modo como se dá a satisfação dos desejos e necessidades, e na gestão dos demais impulsos e afecções. E quando esses impulsos não são submetidos a uma reflexão prévia, a algum tipo de ponderação ou cálculo, tornam-se fonte de perturbações e de sofrimento.

A tradução de *euthumia* por “bom ânimo” preserva assim as dimensões positiva e ativa presente na noção de *thymos*, tanto por razões linguísticas como pela atenção dada por Demócrito à alegria de viver e aos prazeres: “Uma vida sem festa é uma longa estrada sem hospedaria”¹⁴! Se a *euthumia* e os termos que compõem o seu campo lexical estão no mais das vezes relacionados ao prazer, eles, no entanto, não se confundem com

termos que se prestaram a exprimir a ideia de felicidade entre os períodos arcaico e clássico da Antiguidade Grega: μάκαρ, εὐδαίμων, ὄλβιος e εὐτυχής. O seu exam compreende registros provenientes das poesias elegíaca (Teognis), lírica (Píndaro, Alcman, Safo, Sólon, Íbico, Baquilides), trágica (Ésquilo, Sófocles e Eurípedes) e cômica (Aristófanes), além de ocorrências em Heródoto e Tucídides.

¹⁴ Estobeu, III, 22; DK68B230: Βίος ἀνεόρταστος μακρὴ ὁδὸς ἀπανδόκευτος.

ele. Termos como “serenidade” (*galêne*) e “estabilidade” (*eustathês*) são indicadores de um modo conveniente de fruição dos prazeres.

A maioria dos fragmentos éticos está ancorada, direta ou indiretamente, na ideia de medida que também se expressa por meio de vários termos que ajudam a compreender melhor sua centralidade no modo de vida filósofo. Além dos termos formados a partir do radical *metr*, encontramos outros que exprimem a ideia de moderação ou de um temperamento equilibrado como σωφροσύνη (DK68 B208, B210, B211, B294) e σωφρονεῖν (DK 68B54, B67, B291), κρασίη (DK68B234) e ἐπιεικέος (DK68B291). E não menos significativo é a presença de um bom número de termos compostos com o advérbio εὖ, que exprimem a ideia de uma boa ordem das disposições, ou um estado conveniente das faculdades ou ações condizentes com a natureza humana: εὐγένεια / a boa natureza (DK68B57), εὐγνώμων / o sensato (DK68B231), εὐήθης / bom caráter (DK68B67), εὐκρατος / o bem temperado (DK68A135), εὐλαβής / cuidadoso (DK68B91), εὐλογέω / o bem elogiar (DK68B63), εὐλόγιστος / o homem de bom senso (DK68B236), εὐμορφία / beleza (DK68B294), εὐογκία / boa porção (DK68B3) εὐσταθής / estável (DK68B191), εὐτακτος / bem ordenado (DK68B61), εὐτυχής / afortunado (DK68B286), εὐφυής / bem dotado (DK68 B5.1, B56), entre outros.

No que diz respeito ao radical *metr*-, temos a forma verbal *μετρεῖν*, da qual temos apenas uma ocorrência (DK68B285); as formas que designam o moderado ou a moderação / (*μέτριος*: DK68 B285, B286, B233; *μετριότης*: DK68B191); as formas que indicam a ausência de medida, com a adjunção do alfa privativo, ἀμέτρητος / imensurável (DK68B285), ἀμετρία / desmedida (DK68C3), ἄμετρος / desmedido (DK68 B70, C7). E temos, enfim, os termos formado pela anteposição do prefixo *συμ*-, *συμμετρία* / justa proporção (DK68 A167, B191, B285) e *σύμμετρος* / justa medida (DK68A135).

Ao lado dos termos que servem a exprimir uma noção espacial ou quantitativa de medida — justa medida ou proporção —, é preciso considerar também um termo em especial que poderíamos entender como sendo a expressão da medida no âmbito temporal, isso é a noção de “momento oportuno”, o *kairós*, que evoca a ideia de uma justa medida temporal: “Avareza e fome são benéficas e, no momento certo, também os

gastos. Mas reconhecer isso é próprio do homem bom.” (DK68B229)¹⁵. Para aqueles que se empenham em identificar a justa medida e em discernir o momento oportuno, o que advém do exercício da *phronesis* — atividade do intelecto da qual provém o bem calcular ou deliberar, o falar bem ou falar sem erros e a disposição para fazer o que é preciso (68 B 2 DK) —, é possível alcançar a saúde da alma e do corpo.

Em todas as áreas da vida, sem exceção, a medida assegura um bem viver. Entre os benefícios advindos de sua observância, Demócrito adverte que a fortuna (τύχη) pode até oferecer uma mesa farta (τράπεζαν πολυτελέα), mas que é da temperança que provém «uma mesa suficiente (αὐταρκέα σωφροσύνη)” (DK68B210), ela “aumenta as alegrias e torna ainda maior os prazeres (τὰ τερπνὰ ἀέξει καὶ ἡδονὴν ἐπιμείζονα ποιεῖ)” (DK68B211) e «nunca torna curta a noite (σμικρὴ νύξ (?) οὐδέποτε γίνεται)» (DK68B209). E profere nos termos que se seguem o seu veredito: “Afortunado é aquele para quem bens comedidos trazem bem-estar, desafortunado é aquele para quem numerosos bens trazem angústia” (68 B 286 DK)¹⁶.

Demócrito nos oferece um rico inventário das mais variadas formas de excesso que comprometem o bom ânimo e encadeiam o desânimo. Não lhe pareceu suficiente fazer a apologia da medida nos moldes que já se fazia até então, como vemos nas sentenças emanadas da tradição sapiencial ou nos versos da poesia didática. Pareceu-lhe necessário desvendar também a fisiologia do mal-estar e da infelicidade humana.

Para tanto, ele realiza um verdadeiro inventário do que parecia aos seus olhos delinear os contornos dos distúrbios e enfermidades responsáveis por engendrar a instabilidade na alma e a enfermidade no corpo. Entre eles se encontram:

(1) A natureza efêmera da vida humana, da velhice e da morte,

É necessário reconhecer que a vida humana é débil e de curta duração, e está misturada com muitas fontes de ruína

¹⁵ Estobeu, III, 16, 19: Φειδώ τοι καὶ λιμὸς χρηστή· ἐν καιρῷ δὲ καὶ δαπάνη· γινώσκειν δὲ ἀγαθοῦ.

¹⁶ Estobeu, IV, 103, 17: Εὐτυχὴς ὁ ἐπὶ μετρίοις χρήμασιν εὐθυμέμενος, δυστυχὴς δὲ ὁ ἐπὶ πολλοῖσι δυσθυμέμενος.

e dificuldades, para que se deva preocupar-se com os bens moderados e para que o sofrimento seja medido em razão das necessidades¹⁷ (DK68B285).

A velhice é uma mutilação intacta em todas as suas partes: tem tudo e tudo lhe falta¹⁸ (DK68B296).

Algumas pessoas, ignorantes da dissolução da natureza mortal, mas conscientes das adversidades que afetam a vida, sofrem durante o período de sua vida em apuros e medos, fabricando falsos mitos sobre o tempo após a morte¹⁹ (DK68B297).

(2) as fadigas

Todos os esforços são mais agradáveis do que o descanso, quando se obtém aquilo pelo qual se esforça ou sabe que o fará. †Mas um remédio para o infortúnio é inteiramente †vexatório e angustiante de maneira semelhante²⁰ (DK68B243).

(3) as doenças

Em suas orações, os homens pedem saúde aos deuses, mas não sabem que possuem a capacidade de possuí-la dentro de si; fazendo o contrário por causa de sua intemperança, eles próprios traem sua saúde por meio de seus desejos²¹ (DK68B234).

¹⁷ Estobeu, IV, 34, 65: γινώσκειν χρεὼν ἀνθρωπίνην βιοτήν ἀφαιρῆν τε εὐδῶσαν καὶ ὀλιγοχρόνιον, πολλήσιν τε κηρσὶ συμπεφυρμένην καὶ ἀμηχανίησιν, ὅπως ἂν τις μετρίης τε κτήσιος ἐπιμέλῃται καὶ μετρήται ἐπὶ τοῖς ἀναγκαίοις ἢ ταλαιπωρίῃ.

¹⁸ Estobeu, IV, 50, 76: γῆρας ὀλόκληρός ἐστι πῆρωσις· πάντ' ἔχει καὶ πᾶσιν ἐνδεῖ.

¹⁹ Estobeu, IV, 52, 40: ἔνιοι θνητῆς φύσεως διάλυσιν οὐκ εἰδότες ἄνθρωποι, συνειδήσει δὲ τῆς ἐν τῷ βίῳ κακοπραγμοσύνης, τὸν τῆς βιοτῆς χρόνον ἐν ταραχαῖς καὶ φόβοις ταλαιπωροῦσι, ψεύδεα περὶ τοῦ μετὰ τὴν τελευταίαν μυθοπλαστούντες χρόνου.

²⁰ Estobeu, III, 29, 88: τῆς ἡσυχίης πάντες οἱ πόνοι ἡδίοινες, ὅταν ὧν εἴνεκεν πονοῦνσι τυγχάνωσιν ἢ εἰδέωσι κύρσοντες· †ἐν δὲ ἄκος τῇ ἀποτυχίῃ τὸ πᾶν ὁμοίως ἀνηρὸν καὶ ταλαιπώρον.

²¹ Estobeu, III, 18, 30: ὑγιήν ἐυχῆσι παρὰ θεῶν αἰτέονται ἄνθρωποι, τὴν δὲ ταύτης δύναμιν ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντες οὐκ ἴσασι· ἀκрасίη δὲ τὰναντία πρήσσοντες αὐτοῖς

Há doenças na casa e na vida, assim como no corpo²² (DK68B288).

(4) o torpor

A dor incontrolável de uma alma entorpecida – afaste-a através do raciocínio²³ (DK68B290).

(5) os tormentos

É necessário reconhecer que a vida humana é débil e de curta duração, e está misturada com muitas fontes de ruína e dificuldades, para que se deva preocupar-se com os bens moderados e para que o sofrimento seja medido em relação às necessidades²⁴ (DK68B285).

O exercício da *phronesis* e o cálculo da medida que dele decorre revelam-se, portanto, como uma espécie de medicina preventiva capaz de afastar diversas mazelas que acometem os humanos e constituem para eles fonte de sofrimento para o corpo e para a alma. E concorrem, assim, para a consecução e manutenção deste estado de *summetria* ou equilíbrio da alma do qual resulta a felicidade. Mas onde pode o ser humano obter a capacidade de identificar e estabelecer a medida que lhe convém em cada circunstância?

Examinemos melhor em que se compraz esta atividade fronética imediatamente implicada na promoção *euthumia* e, logo, representa um ponto de inflexão necessário ao bem viver.

Um testemunho de Teofrasto nos oferece, no quadro do exame da fisiologia das sensações, uma fisiologia da *phronesis*:

A propósito do pensar (*φρονεῖν*), ele disse apenas que ele se produz quando a alma se encontra em um temperamento bem equilibrado (*γίνεται συμμετρως ἔχουσης τῆς ψυχῆς μετὰ τὴν κρῆσιν*); se alguém se torna muito quente ou muito

προδόται τῆς ὑγιῆς τῆσιν ἐπιθυμίῃσι γίνονται.

²² Estobeu IV, 40, 21: νόσος οἴκου καὶ βίου γίνεται ὅκως περ καὶ σκῆνεος.

²³ Estobeu, IV, 44, 67: λύπην ἀδέσποτον ψυχῆς ναρκώσης λογισμῷ ἔκκρουε.

²⁴ Estobeu, IV, 34, 65: γινώσκειν χρεῶν ἀνθρωπίνην βιοτήν ἀφαυρήν τε εὐδσαν καὶ ὀλιγοχρόνιον, πολλῇσί τε κηρσί συμπεφυρμένην καὶ ἀμηχανίησιν, ὅκως ἂν τις μετρίης τε κτήσιος ἐπιμέληται καὶ μετρήται ἐπὶ τοῖς ἀναγκαίοις ἢ ταλαιπωρίῃ.

frio, ocorre um desvairio (ἄλλοφρονεῖν). E é por isso que os antigos estavam certos ao suporem que é a alguma causa deste tipo que ocorre o “desvairio”. De modo que é evidente que ele explica o pensamento pelo temperamento do corpo, o que parece razoável para alguém que diz que a alma é um corpo²⁵(DK68A135,58).

Demócrito faz depender o pensamento do bom temperamento da alma, do seu estado de summetria. Ele se produz na alma quando esta se encontra em um estado de equilíbrio em relação aos extremos do calor e do frio. Uma vez que esse estado se estabelece, a alma se torna capaz de exercer a atividade intelectual da natureza do *phronein*; quando, por sua vez, prevalece um estado de dissimetria, aqui entendido enquanto um desequilíbrio térmico, ocorre uma alteração no intelecto tem lugar um desvairio, o *allopchronein*. A *phronesis* revela-se assim dependente de um estado físico da alma, o que constitui uma das evidências da conexão entre as teses da física e aquelas da ética no quadro do pensamento atomista. Dois textos, reunidos no fragmento DK68B2, já mencionados anteriormente, mostram o protagonismo da *phronesis* na economia da ação humana em vista da *euthumia*.

Tritogeneia. Atena. De acordo com Demócrito, ela é considerada discernimento (φρόνησις). A partir do pensar vem a ser (φρονεῖν) estas três coisas: o *deliberar bem* (βουλευέσθαι καλῶς), o *falar sem erros* (λέγειν ἀναμαρτήτως), e o fazer o que é preciso (πράττειν ἃ δεῖ).²⁶

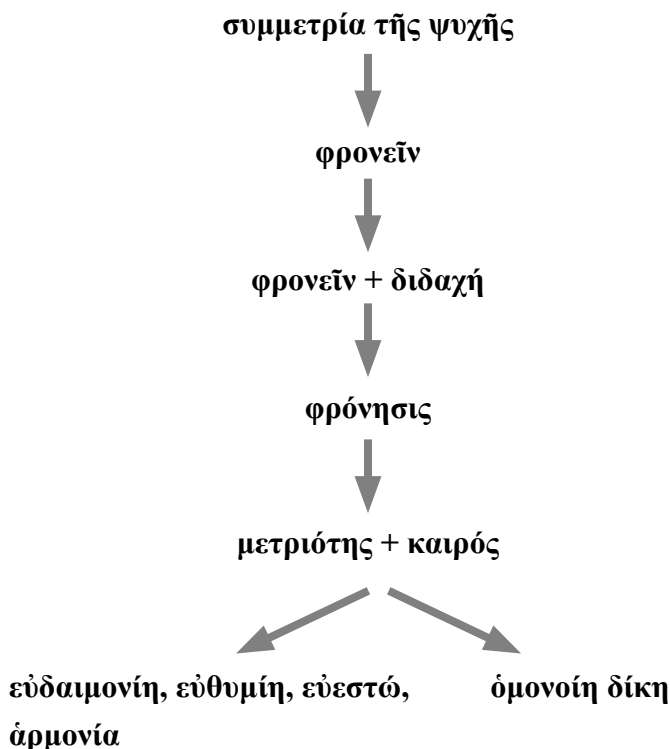
Demócrito, ao oferecer uma etimologia para o nome (i.e. ‘Tritogeneia’) diz que da φρόνησις estas três coisas vêm-a-

²⁵ Teofrasto, Sobre as sensações, 58: περὶ δὲ τοῦ φρονεῖν ἐπὶ τοσοῦτον εἴρη- κεν, ὅτι γίνεται συμμετρῶς ἐχούσης τῆς ψυχῆς μετὰ τὴν κρῆσιν· ἐὰν δὲ περίθερμός τις ἢ περίψυχρος γένηται, μεταλλάττειν φησί. διὸ καὶ τοὺς παλαιοὺς καλῶς τοῦθ’ ὑπολαβεῖν, ὅτι ἐστὶν ‘ἄλλοφρονεῖν’. ὥστε φανερόν, ὅτι τῇ κράσει τοῦ σώματος ποιεῖ τὸ φρονεῖν, ὅπερ ἴσως αὐτῷ καὶ κατὰ λόγον ἐστὶ σῶμα ποιοῦντι τὴν ψυχὴν.

²⁶ *Etymologicum Orionis*: Τριτογένεια. ἡ Ἀθηνᾶ. κατὰ Δημόκριτον, φρόνησις νομίζεται. γίνεται δὲ ἐκ τοῦ φρονεῖν τρία ταῦτα· βουλευέσθαι καλῶς, λέγειν ἀναμαρτήτως, καὶ πράττειν ἃ δεῖ.

ser: o raciocinar bem (εὖ λογίζεσθαι), o falar bem (λέγειν καλῶς), e o fazer o que deve ser feito (πράττειν ἅ δεῖ).

A *euthumia*, bem como toda a “família” de termos que expressam o estado de ânimo que constituem seu campo lexical, resulta para o ser humano da sua capacidade de “deliberar bem” ou “calcular bem”, “falar sem erros” ou “falar bem” e do “fazer o que for preciso”, disposições que dependem imediatamente do tipo de reflexão que é a *phronesis*, como se afirma inequivocamente nos dois textos que acabamos de citar. E se *phronesis* é a ação do *phronein*, evento que ocorre na alma quando ela conhece um estado simétrico (*symmetría tês psychês*) em relação a um temperamento decorrente de um estado de equilíbrio térmico, podemos concluir que o bom ânimo depende diretamente de uma condição física da alma.



Depende, portanto, do estado de equilíbrio da alma a emergência da atividade intelectual do *phroneín*, e, uma vez que ela tem lugar, torna-se possível o exercício da *phronesis* — reflexão ou discernimento —, do qual depende a identificação da melhor maneira de agir nos diferentes âmbitos da vida prática. A possibilidade do exercício da *phronesis* está inscrita na natureza humana, mas para que esse se efetive, é necessária uma educação do pensamento de modo a torná-lo apto à execução do que dele se espera em vista de um bem viver. A capacidade humana de realizar suas escolhas, de ponderar suas atitudes e empreender suas ações sob o signo da μετρίότης se encontra a chave para experimentar no desenrolar da vida, tanto na sua vida pessoal como no quadro das inter-relações no espaço da comunidade humana. A natureza desta dinâmica repousa na convicção do filósofo: «ο equilíbrio é belo, mas o excesso e a carência não me parecem (Καλὸν ἐν παντὶ τὸ ἴσον· ὑπερβολὴ δὲ καὶ ἔλλειψις οὐ μοι δοκεῖ.)»

Conclusão

Concluo destacando o que considero ser o núcleo central da reflexão ética de Demócrito, em outras palavras, do que entende ser o horizonte de uma vida bem vivida e as condições para alcançá-la:

1) a *euthumia* é o *telos* que orienta uma vida humana ao longo de sua existência (DK68A1);

2) os seres humanos dispõem em sua constituição psicofísica dos recursos necessários para estabelecer o equilíbrio (*summetria*) em suas vidas;

3) para tanto, é preciso aplicar-se no exercício da *phronesis* de modo a encontrar, relativamente a si mesmo e em cada circunstância, a justa medida, que é sempre pessoal e circunscrita a cada ocasião (DK68B2).

Referências:

BAILEY, C. *The Greek Atomists and Epicurus: A Study*. Oxford: Clarendon, 1928.

CZERWINSKA, J. “La nozione de *thumos* da Omero, Eraclito e Democrito.” *Eos*, 84, 1, 1996, pp. 7-22.

DIELS, H.; KRANZ, W. (eds.). *Die Fragmente der Vorsokratiker*. 3 vol. Griechisch und Deutsch. Berlin: Weidmann, 1952 (6a edição).

DIOGENES LAERTIUS. *Lives of Eminent Philosophers*. Edited with introduction by Tiziano Dorandi. Cambridge: Cambridge University Press, 2013.

FLAMAND, J.-M. “Démocrate”. In: R. Goulet (dir.). *Dictionnaire des Philosophes Antiques*. Paris: CNRS éditions, 1994.

GERLACH, J. *Gnomica Democritea. Studien zur gnomologischen Überlieferung der Ethik Demokrits und zum Corpus Parisinum [Serta Graeca. Beiträge zur Erforschung griechischer Texte]* Wiesbaden, 2008.

GOSLING, J. C. B.; TAYLOR, Ch. C. W. *The Greeks on pleasure*. Oxford: Clarendon Press, 1982.

HEER, C. de. *Μάκαρ, εὐδαίμων, ὄλβιος, εὐτυχής*. Amsterdam: Adolf M. Hakkert Publisher, 1968.

IBSCHER, G. *Democrito y sus sentencias sobre ética y educacion. Una introducción al pensamiento del atomista de Abdera*. Lima-Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, I, 1983.

KAHN, Ch. “Democritus and the Origins of Moral Psychology.” *American Journal of Philology*, 106, 1985, pp. 1-31.

LAKS, A.; MOST, G. (eds.) *Early Greek Philosophy*, vol. I-IX. Loeb Classical Library 527. Cambridge: Harvard University Press, 2016.

LESZL, W. (ed.) *I primi atomisti: raccolta di testi che riguardano Leucippo e Democrito*. Firenze: Leo S. Olschki, 2009.

LURIA, S. *Democrito: raccolta dei frammenti*. Ed. de G. REALE; Trad. de S. MALTSEVA. Milano: Bompiani, 2007.

MOREL, P. M. *Du mouvement atomique à l'équilibre psychique. Ordre et désordre dans l'éthique de Démocrite*. *Antiquorum Philosophia*, 15, 2021, pp. 41-61

MOTTE, A. *Démocrite d'Abdère aux origines de la pensée éthique*. Col. «Cahiers de Philosophie Ancienne», n° 28. Bruxelles: OUSIA, 2022.

MOTTE, A. «Le nécessaire, le naturel et l’agir humain selon Démocrite.» In: BENAKIS, L. G. (ed.) *Proceedings of the First International Congress on Democritus* (Xanthi, 6-9 October, 1983). Xanthi: International Democritean Foundation, 1984, Vol I, pp. 339-345.

MOULARD, A. *METPON. Étude sur l'idée de mesure dans la philosophie antésocratique*. Angers: Imprimerie Frédéric Gaultier, 1923

PEIXOTO, M. C. D. “Atos e entreatos na transmissão e recepção da ética de Demócrito”. In: Costa, A. ; Conte, B. L.; Sanchez, L. C. ; Peixoto, M. C. D. (Orgs.). *Estudos Pré-Socráticos na América Latina*. São Paulo: Odysseus, 2024, p. 277-299.

VLASTOS, G. “Ethics and physics in Democritus.” *The Philosophical Review*, vol. 54, n° 6, 1945, pp. 578-592.